

اثر مرکب
تحویلی که در موفقیت شما
هر بار یک قدم

THE COMPOUND
EFFECT

سرشناسه : هاردی، دارن، Darren Hardy

عنوان و نام پدیدآور : عنوان و نام پدیدآور: اثر مرکب / دارن هاردی؛ رامین کریمی ثالث

مشخصات نشر : تهران: رامین کریمی ثالث، ۱۳۹۵

مشخصات ظاهری : ۲۳۸ ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.

شابک : ۸-۵۳۷۱-۰۴-۶۰۰-۹۷۸ / ۱۷۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

یادداشت : عنوان اصلی : The compound effect : multiplying your success, one simple step at a time, 2010

یادداشت : کتاب حاضر در سالهای مختلف توسط ناشران و مترجمان متفاوت منتشر شده است.

عنوان دیگر : تحولی شگرف در موفقیت شما، هر بار یک قدم.

موضوع : موفقیت، رهبری، خودیاری

موضوع : Success, Leadership, Self-help techniques

سرشناسه افزوده : می، رامین، ۱۳۶۷-، مترجم

رده بندی دکنی : BF ۹۳۷ م/ ۸۰۰۵۱۱/ ۱۹۵

رده بندی دیویی : ۵۸۱

شماره کتابشناسی ملی : ۴۲۹۷۰

شناسنامه

عنوان اصلی: اثر مرکب

عنوان فرعی: تحولی شگرف در موفقیت شما، هر بار یک قدم

نویسنده: دارن هاردی

مترجم: رامین کریمی

ناشر: مترجم

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۹۵

شابک: 8-5371-04-600-978

قیمت: ۱۷۰۰۰ تومان

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۰۰۷۳۳۷۱

۱۱	تعاریفی از کتاب اثر مرکب
۲۱	خطا را
۲۳	پیام ویژه از آنتونی رابینز
۲۷	مقدمه
۳۱	فصل اول: اثر مرکب در عمل
۳۵	شما تا اینجا ناشی از اثر مرکب را تجربه نکرده‌اید
۳۶	سک جابری
۳۸	سه دوست
۴۱	اثر موجی
۴۴	موفقیت، مکتبی قائمی
۴۶	ذهنیت مایکروویو
۵۱	فصل دوم: انتخاب‌ها
۵۳	فیل‌ها گاز نمی‌گیرند
۵۴	سپاس‌گذاری در طول سال
۵۶	مسئولیت صد درصد زندگی خود را به عهده بگیرید
۵۸	خوش‌شانسی
۵۹	فرمول کامل خوش‌شانسی
۶۰	آمادگی
۶۰	نگرش
۶۰	فرصت
۶۱	عمل
۶۱	شهریه گران دانشگاه UHK (دانشگاه درب زدن‌های سخت)

۶۳	 سلاح سری شما: برگ ثبت امتیاز
۶۴	 تله پول
۶۸	 آرام و آسوده پیش روی کنید
۷۲	 قهرمان نامرئی و گمنام
۷۴	 قدم زدن در شرکت
۷۵	 درخت پول
۷۷	 ثبت طلاست
۸۰	 رفیقیت، دونیمه ماراتن است
۸۵	 فصل سوم: عادت ها
۸۶	 مخلوقات عادی
۸۹	 با دوری از خوشبختی معنی، همین الان شروع کنید
۹۲	 انگیزه خود را بیابید
۹۳	 چرا هر چیزی ممکن است
۹۶	 انگیزه اصلی
۹۷	 نبرد خود را پیدا کنید
۱۰۰	 اهداف
۱۰۱	 چگونگی نتیجه بخش بودن تعیین اهداف: این راز اسرارآمیز سرانجام آشکار شد
۱۰۴	 چه کسی خواهید شد
۱۰۵	 چگونگی رفتار با خودتان
۱۰۹	 پنج استراتژی برای حذف عادات بد
۱۰۹	 ۱. محرک های خود را تعیین کنید
۱۱۰	 ۲. خانه خود را پاکسازی کنید
۱۱۱	 ۳. جایگزین کنید
۱۱۲	 ۴. آهسته و پیوسته پیشروی کنید

۱۱۳	۵. ناگهانی عمل کنید
۱۱۵	عادات خود را بررسی کنید
۱۱۶	شش تکنیک برای ایجاد عادات خوب
۱۱۷	۱. خود را برای موفقیت آماده کنید
۱۱۸	۲. به اضافه کردن فکر کنید نه به کم کردن
۱۲۰	۳. نمایش مسئولیت پذیری به همگان
۱۲۱	۴. همراه موفقیت پیدا کنید
۱۲۱	۵. رقابت و دوستی
۱۲۲	۶. چنین بگیرید!
۱۲۳	تغییر دسوار است!
۱۲۴	صبور باشید
۱۲۷	فصل چهارم: تکانش
۱۲۸	بهره برداری از قدرت تکانش بزرگ
۱۳۳	قدرت رویه
۱۳۷	برای روزهای خود برنامه داشته باشید
۱۳۷	بیدار شوید و بدرخشید
۱۳۹	رؤیاهای شیرین
۱۴۰	ایجاد تغییرات
۱۴۱	دستیابی به ریتمی جدید: شمار جدید خود را بیابید
۱۴۴	ریتم خود را ثبت کنید
۱۴۵	ریتم های زندگی
۱۴۸	قدرت ثبات قدم
۱۴۹	تلمبه چاه

فصل پنجم: تأثیرات	۱۵۳
۱. ورودی: زباله وارد کنید، زباله برداشت می کنید	۱۵۳
آب کثیف ننوشید	۱۵۵
گام اول: مراقب باشید	۱۵۷
رژیم رسانه ای بگیریید	۱۵۸
فیلتر شخصی من	۱۶۰
گام دوم: در هنگام رانندگی، در دانشگاه ثبت نام کنید	۱۶۱
۲. ارتباطات: چه کسانی بر شما تأثیر می گذارند؟	۱۶۱
قطع رابطه	۱۶۴
روابط محرم	۱۶۵
گسترش روابط	۱۶۶
برای رسیدن به بالاترین سطح از عملکرد خود همراه داشته باشید	۱۶۸
درباره کارگیری مربیان سرمایه گذاری کنید	۱۶۹
گروه مشاوران شخصی خود را ایجاد کنید	۱۷۱
۳. محیط: با تغییر محیط، نگرش خود را تغییر دهید	۱۷۱
فصل شش: شتاب	۱۷۷
لحظات حقیقت	۱۷۹
چند برابر کردن نتایج	۱۸۲
فراتر از انتظارات عمل کنید	۱۸۴
انجام کارهای غیرمنتظره	۱۸۷
فراتر از انتظار عمل کنید	۱۹۱
نتیجه گیری	۱۹۷
ضمائم	۲۰۳

مقدمه

این کتاب در خصوص موفقیت و راه‌های دستیابی به آن نگارش شده است. اکنون، زمان آن فرا رسیده است که یک نفر، حقیقت را رک و راست با شما در میان بگذارد. مدت زیادی فریب داده شده‌اید. هیچ گلوله جادویی، فرمول ویژه، یا راه حل سریعی در بین نیست. شما با دو ساعت نشستن پای اینترنت به سود روزانه، نمی‌توانید ۲۰۰ هزار دلار درآمد سالانه داشته باشید، همچنان که نمی‌توانید با مالیدن کرم به صورتتان، بیست سال جوان‌تر بهمانید و یا با خوردن یک قرص، مسائل عاطفی خود را حل کنید. البته که خیلی عالی می‌شد، اگر می‌توانستید موفقیت، شهرت، اعتماد به نفس، روابط عالی، سلامت و خیلی چیزهای خوب دیگر را به صورت یک بسته از یکی از فروشگاه‌های زنجیره‌ای می‌خرید! اما صد افسوس این گونه نیست.

ما به طور مداوم با ادعاهای احساسی و فزاینده از قبیل ثروتمند شدن، تناسب اندام پیدا کردن، جوان‌تر شدن، جذاب‌تر شدن و ... آن‌هم یک شبه و با تلاشی بسیار کم، بمباران می‌شویم. این دست از تبلیغات تکراری مبتنی بر بازاریابی، فهم ما را از چگونگی رسیدن به موفقیت با مشکل مواجه کرده است. ما بینش خود را نسبت به اصول عمیق اما ساده موفقیت از دست داده‌ایم.

من دیگر از این مسائل خسته شده‌ام. دیگر نمی‌نشینم تا به ادبیات گمراه‌کننده مردم نگاه کنم. این کتاب را با هدف بازگرداندن اصول اولیه موفقیت به شما نوشته‌ام. می‌خواهم به شما کمک کنم تا به وضوح بر روی اصول اساسی موفقیت تمرکز کنید. می‌توانید بلافاصله دست به اعمال اصول

آزموده شده این کتاب بزنید و شاهد نتایج ملموس و قابل سنجش آن در زندگی خود باشید. از این سیستم به منظور موفقیت و تحول اساسی خود استفاده کنید. حتماً شنیده‌اید که می‌گویند «می‌توانید هر آنچه در ذهن دارید را به منصه ظهور برسانید» البته که درست است اما به شرطی که چگونگی انجام آن را بدانید. اثر مرکب، در حقیقت، یک دستورالعمل اجرایی است که به شما می‌آموزد چگونه در به کارگیری این سیستم استاد شوید. زمانی که به آن عمل کنید، هیچ چیزی وجود ندارد که نتوانید به آن دست یابید و یا در آن موفق شوید.

حتماً می‌پرسید: اگر کجا می‌دانم که اثر مرکب تنها فرایند و روندی است که شما را به نهایت موفقیت می‌رساند؟ اول از همه این که من تمام این اصول را در زندگی خودم اعمال کردم. اگرچه از نویسندگانی که به خاطر موفقیت و شهرت به خود می‌بالند، متنفرم، اما از طرفی این بسیار مهم است که شما بدانید که من از تجارب شخصی مردم برای شما صحبت می‌کنم. به این ترتیب آنچه پیش روی شما قرار گرفته سندی زنده است نه یک تئوری صرفاً مردود. همچنان که آنتونی رابینز، خائن نشان کرده من در زندگی تجاری خود به موفقیت شگرفی دست یافته‌ام؛ چرا که این موفقیت‌ها هم عمل به اصولی بوده است که در این کتاب می‌خوانید. در طی بیست سال گذشته، من صد هزار دلار و زمان بسیار زیادی صرف مطالعه تکنوژی دستیابی به موفقیت و صرف آزمایش ایده‌ها، منابع و فلسفه‌های گوناگون کرده‌ام تجربه شخصی من می‌گوید به هیچ وجه مهم نیست که چه آموزه، استراتژی و یا تاکتیکی صرف موفقیت خود کرده‌اید، در هر حال موفقیت همیشه بر اساس دستورالعمل اثر مرکب به دست می‌آید.

دوم این که در شانزده سال گذشته به عنوان رهبر صنعت رشد شخصی فعالیت کرده‌ام. در این مدت با سخنرانان، نویسندگان و رهبران فکری

صاحب نامی کارکرده‌ام. به عنوان سخنران و مشاور، هزاران کارآفرین را تعلیم داده‌ام و مربی و راهنمای رهبران تجارت، مدیران اجرایی و افراد کمال‌گرا و موفق بسیار زیادی بوده‌ام. با تجربه هزاران مورد مطالعاتی، روش‌های کارا و روش‌های ناکارآمد را مشخص کرده‌ام.

سوم این‌که، به عنوان ناشر مجله موفقیت، هزاران مقاله و کتاب را به کمک متخصصین شاغل در مجله بررسی، تحلیل و ارزیابی کرده‌ام. هرماه با چندین متخصص و کارشناس زبده در خصوص موضوعات مختلف موفقیت مصاحبه می‌کنم و بهترین ایده‌های آن‌ها را استخراج می‌کنم. همه‌روزه و هر روز رغبت و استخراج اطلاعات مفید از اقیانوس اطلاعات مرتبط با رشد شخصی فعالیت می‌کنم.

نکته اینجاست که داشتن چنین نگرش ژرفی به صنعت رشد شخصی و مطالعه آموزش‌ها و عمل موفق‌ترین افراد جهان، دانش اعجاب‌آوری به دست می‌آورد و شما موفقیت برایتان به وضوح شناخته می‌شوند. بعد از دیدن، خواندن و شنیدن همه این‌ها قایق، دیگر نمی‌توانم توسط این تبلیغات فریبنده با عنوان «میانبرهای علم» فریب بخورم. دیگر، هیچ‌کس نمی‌تواند مرا گول بزند.

منابع بسیار زیادی در دست دارم، راه‌های بسیاری را طی کرده‌ام و حقیقت را دریافته‌ام. همچنان که مربی من، فیلسوف به‌یسته تجارت، جیم ران، می‌گفت، «هیچ اصول جدیدی وجود ندارد چراکه حقیقت همیشه کهنه است.» شما باید به کسی که ادعا می‌کند، «بیا اینجا من خواب عتیقه‌های خودساخته‌ام را نشانت دهم» شک کنید، چراکه «هیچ‌کس نمی‌تواند خواب عتیقه بسازد.»

این کتاب فارغ از موارد غیرضروری و پرسر و صدای آن، حامل پیام بسیار مهمی است. این‌که واقعاً نکته حائز اهمیت چیست؟
چه چیز واقعاً اثربخش است؟ سیستم عاملی که شما را به هدف‌تان می‌رساند،

چیست؟ این کتاب شامل شش اصل کلی است که همگی باهم تشکیل سیستمی به نام اثر مرکب را می‌دهند.

پیش از شروع به یک اخطار توجه کنید: به دست آوردن موفقیت، دشوار، طاقت‌فرسا، خسته‌کننده و گاهی کسالت‌آور است. ثروتمند شدن، صاحب نفوذ بودن و تبدیل شدن به فردی طراز اول در رشته خودتان روندی آهسته و طاقت‌فرسا است. اشتباه نکنید؛ شما نتایج پیروی از این اصول را در زندگی خود، بلافاصله خواهید دید. اما اگر از کار کردن، نظم و انضباط و تعهد بیزایید، بهتر است با روشن کردن تلویزیون، دل خود را به همان پیام‌های بازرگانی خراب کنید. و این نکته اساسی است: شما همین الان هم تمام آنچه که برای موفقیت نیاز دارید را می‌دانید. نیاز به آموختن چیز بیشتری ندارید. اما اگر تمام آن به که نیاز داشتیم، اطلاعات بیشتری بود، در آن صورت هرکسی با یک اینترنت سرعت خوشبخت و موفق می‌شد.

اطلاعات جدید و یا اطلاعات بیشتر، علاج درد شما نیست، بلکه نیاز شما، برنامه عملی جدیدی برای نیل به موفقیت است. اکنون زمان خلق عادت‌ها و رفتارهای جدید برای سوق دادن شما به سمت موفقیت فرا رسیده است، به همین سادگی.

در صفحات پیش، با برنامه عملی ملموس هر یک از این روش‌ها آشنا خواهید شد. اجازه دهید اثر مرکب، انتظارات شما را به لرزه درآورد، مفروضات شما را از بین ببرد، کنجکاویتان را برانگیزاند و به زندگی شما ارزش بخشد.

درست‌اس این کتاب به منابعی که از سایت اثر مرکب برگرفته‌ام، اشاره می‌کنم. لطفاً به این آدرس سرزنید و از آن استفاده نکنید! این کتاب و ابزارهای آن، بهترین شنیده‌ها، دیده‌ها، کرده‌ها و آموخته‌های من‌اند. این کتاب بهترین‌های مطالب تمام شماره‌های مجله موفقیت است. بیایید شروع کنیم.